

Empfehlungen und Hinweise zum Heizen und Lüften

Wenn Wohnungen nicht genug beheizt und belüftet werden, können Feuchteschäden und Pilzbefall auftreten. Die folgenden Empfehlungen sollen Ihnen helfen, energiesparend und gleichzeitig gesundheitsfördernd zu Heizen und zu Lüften und zu vermeiden, dass Schimmel- und Feuchteschäden entstehen.

Grundsätzlich gilt:

- Heizen Sie die Wohnung so, dass die Wandoberflächen eine Temperatur von 16°C - 17°C nicht unterschreiten!
- Lüften Sie so, dass die relative Luftfeuchtigkeit in der Wohnung 50% - 60% beträgt!

Unsere Empfehlungen:

- Heizen Sie die Wohnräume auf 20°C – 22°C und die Schlafräume auf 18°C – 20°C.
- Lüften Sie bei weit geöffnetem Fenster (keine Kipplüftung) und abgestellten Heizungen für mindestens 10 Minuten.
- Lüften Sie, wenn möglich, als Querlüftung (gleichzeitiges Öffnen der sich gegenüberliegenden Fenster und Türen).
- Lüften Sie in der Heizperiode 3x täglich für jeweils 10 Minuten.
- Lüften Sie im Sommer 2 x täglich ca. 30 Minuten.
- Lüften Sie bedarfsgerecht, z. B. in Bädern nach dem Duschen und in Küchen nach dem Kochen.
- Halten Sie die weniger beheizten Räume geschlossen (außer beim Querlüften).
- Vermeiden Sie beim Duschen, Baden, Kochen, Wäschetrocknen, dass die feuchte Luft in andere (kühlere) Räume gelangt und halten Sie dann die Türe geschlossen.
- Vermeiden Sie Verkleidungen von Heizkörpern, lange Vorhänge oder vorgestellte Möbel, damit die Heizkörper die Wärme ungehindert in den Raum abgeben können.
- Vermeiden Sie es, große Möbelstücke dicht an Wände (ca. 6 cm), besonders Außenwände, zu stellen, damit dahinter die Luft zirkulieren kann.

Wichtige Hinweise:

- Je feuchter die Luft ist, umso eher schlägt sich diese Feuchtigkeit auf den Wänden nieder.
- Feuchtigkeit die z. B. durch Duschen oder Kochen entsteht, kann nicht nur durch Heizen bekämpft werden, diese muss auch aus der Wohnung transportiert werden, nämlich durch das Lüften.
- Auch muss häufiger gelüftet werden, wenn ein Raum nicht ständig genutzt und beheizt wird, sondern nur teilweise, da sich die Wandoberfläche nur langsam erwärmt besteht die Gefahr der Tauwasserbildung.

Es wird darauf hingewiesen, dass sich je nach Art des Gebäudes und der individuellen Nutzung Abweichungen ergeben können, so muss bspw. öfter gelüftet werden, wenn viele Grünpflanzen in der Wohnung vorhanden sind oder ein Raum nicht ständig genutzt und beheizt wird.